

# Forelle mit saurer Sahne

Fisch-Gerichte » Forellen-Gerichte

## Zutaten (4 Personen)

- » 4 Forelle(n)
- » Salz & Pfeffer
- » 1 EL Saure Sahne
- » 1 Bd. Dill
- » etwas Maggi Würze
- » Semmelmehl
- » etwas Soßenbinder
- » 2 EL Butter/Margarine

## Bewertung



### Beschaffung

in jedem Discounter



### Kosten

6-10€



### Zubereitungszeit

31-60min

## Zubereitung

1. Die Forellen kurz in heißer Butter anbraten. Saure Sahne mit Salz, Pfeffer, gehacktem Dill, Maggi und Semmelmehl verrühren. Die Semmelbröselmasse auf dem Fisch verteilen und den Fisch damit füllen. Die Forellen in Alufolie einwickeln.

2. Den Fisch im vorgeheizten Ofen bei 180°C ca. 15-20min garen. Den Fisch herausnehmen. Den Sud in einen Topf füllen, etwas Wasser dazugeben und aufkochen. Mit Soßenbinder andicken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dazu passen Petersilienkartoffeln.

Tipp: Zum Sud statt Wasser ein Glas Schattenmorellen und etwas Gemüsebrühe geben.

angelegt am: 11.03.2005

Rezept-Nr: 1657

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke